



TROUSSE POUR UNE RÉCEPTION RÉUSSIE

Des outils pour planifier vos réceptions
en toute confiance

Éduc  **alcool**

*La modération
a bien meilleur goût.*



15 CONSEILS PRATIQUES POUR UNE RÉCEPTION RÉUSSIE

1

La tête sur les épaules.

Ne buvez pas trop ! En votre qualité d'hôte, vous pouvez éviter l'apparition de problèmes lorsque vous avez les idées claires et le geste rapide.

2

Prévoyez le coup.

Sachez quelles mesures prendre avec les invités qui risquent de trop boire. Au début de la soirée, demandez à quelqu'un de fiable de vous aider à garder la situation bien en main. Si une personne a trop bu, entamez une conversation avec elle et offrez-lui quelque chose à manger et une boisson sans alcool. Ne laissez jamais les enfants servir de l'alcool et ne les perdez jamais de vue.

3

En prévision du retour.

Informez-vous du moyen de locomotion de vos invités, car ils doivent retourner chez eux en toute sécurité. La prudence recommande que des conducteurs sobres soient désignés pour ramener les autres. Encouragez cette initiative. Vous devez savoir qui sont les personnes qui prendront le volant après la réception et vous devez les servir en conséquence. Gardez toujours de l'argent en espèces et les numéros de téléphone de quelques entreprises de taxis sous la main. Au besoin, soyez prêt à retirer à certains de vos invités les clés de leur voiture. Assurez-vous aussi d'être en mesure d'héberger certains d'entre eux pour la nuit, si nécessaire.

4

Mesurez bien.

Servez des verres standard (voir section Un verre standard). Ne servez ni des doubles, ni des verres « à se jeter derrière la cravate ». Utilisez un verre doseur pour bien mesurer les quantités servies. Si vous recevez plusieurs personnes, songez à embaucher quelqu'un qui est formé à servir de l'alcool.

5

Il faut manger.

Ayez toujours sous la main une quantité suffisante de nourriture. Si vous ne servez pas de repas, offrez à vos invités des aliments riches en protéines et en amidon ou qui renferment beaucoup d'eau. Évitez de servir des aliments trop gras, salés ou sucrés, qui donnent soif. L'alcool est généralement absorbé plus vite dans le sang lorsqu'on boit l'estomac vide. Inversement, il est absorbé plus lentement lorsqu'on a quelque chose dans l'estomac.

6

Proposez des boissons sans alcool.

Disposez toujours de boissons non alcoolisées ou à faible teneur en alcool : il n'est pas absolument obligatoire de boire de l'alcool, et c'est respecter ses invités que de leur proposer des boissons variées

7

Non, c'est non.

Ne forcez jamais quelqu'un à boire. Si quelqu'un refuse un verre d'alcool, offrez-lui une boisson ou un cocktail sans alcool. N'obligez pas les personnes qui s'abstiennent de consommer de l'alcool à faire de leur choix une affaire publique ; ne servez donc pas les boissons non alcoolisées dans un verre différent de celui des boissons alcoolisées.

8

Assez, c'est assez.

N'insistez pas auprès de vos invités s'ils ne veulent plus boire. Dans ce cas, l'abondance n'est pas signe d'hospitalité. Un bon hôte n'insiste jamais pour servir de l'alcool.

9

Pas de précipitation.

Attendez que les verres d'alcool se vident et prenez votre temps avant de proposer à vos invités de les remplir ; ça les aidera à mieux compter le nombre de consommations qu'ils prennent.

10

De l'eau, encore de l'eau.

Ayez toujours des verres d'eau et assurez-vous que les verres d'eau, eux, sont toujours pleins : pour éviter la déshydratation, il est bon de boire un verre d'alcool et un verre d'eau en alternance.

11

Attention à l'effervescence.

Si vous servez un punch alcoolisé, n'oubliez pas qu'avec une base effervescente, l'effet de l'alcool se fera ressentir plus rapidement. L'organisme absorbe plus rapidement l'alcool lorsqu'il est mélangé à un liquide gazéifié.

12

La table : une bonne alliée.

Mettez des tables à la portée de vos invités pour qu'ils puissent y déposer leurs verres. On boit davantage et plus rapidement lorsqu'on a toujours un verre à la main.

13

Boire, ce n'est pas du sport.

N'organisez pas d'activités physiques si vous servez de l'alcool. Les gens sont généralement plus sujets à se blesser après avoir bu.

14

Les jeux à boire n'ont pas leur place.

Les « jeux à boire » (où ceux qui perdent doivent boire) favorisent une consommation excessivement rapide et peuvent entraîner une intoxication qui peut être mortelle. Planifiez des activités où l'alcool n'est pas le point de mire de la réception. De cette façon, vos invités seront moins enclins à se replier sur l'alcool pour « se dégeler ».

15

Une dernière tournée.

Ne servez jamais une quantité d'alcool propre à enivrer vos invités. Cessez de servir des boissons alcoolisées environ une heure avant la fin de la réception. Servez alors des desserts et du café ou des boissons non alcoolisées.

1 consommation verre^{ou} standard



Un verre de bière
340 ml / 12 oz
5% alcool



Un verre de vin
140 ml / 5 oz
12% alcool



**Un verre de
vin fortifié**
85 ml / 3 oz
20% alcool



**Un verre de
spiritueux**
45 ml / 1,5 oz
40% alcool



**Deux verres
de cidre**
140 ml / 5 oz
6% alcool

Respectez les niveaux de consommation à faible risque 2 • 3 • 4 • 0

Les recherches scientifiques sont claires : les femmes devraient limiter leur consommation d'alcool à 2 verres par jour et à 10 par semaine. Pour les hommes, la limite est de 3 verres par jour et de 15 par semaine. À l'occasion, les femmes s'en permettront 3, les hommes 4. Et tous devraient s'abstenir de consommer au moins une journée par semaine.

Pour en savoir davantage: www.educalcool.qc.ca/2340

Un verre standard

Il y a autant d'alcool dans un verre de bière (340 ml/12 oz à 5 % d'alcool) que dans un verre de vin (140 ml/5 oz à 12% d'alcool) que dans un verre de vin fortifié (85 ml/3 oz à 20 % d'alcool) ou que dans un verre de spiritueux (45 ml/1,5 oz à 40 % d'alcool). C'est ce qu'on appelle une consommation ou un verre standard.

Quant au cidre, aux liqueurs à base de malt et aux boissons prémélangées, qui se boivent généralement, mais pas toujours, dans un verre de 140 ml / 5 oz, il faut tenir compte du pourcentage d'alcool indiqué sur la bouteille, qui varie de 2,5 % à 20 %.



QUELQUES CONSEILS POUR ÉVITER QU'UN DE VOS INVITÉS NE PRENNE LE VOLANT EN ÉTAT D'ÉBRIÉTÉ

- Si possible, planifiez un endroit pour loger un invité pour la nuit.
- Planifiez aussi un endroit pour le stationnement de nuit.
- Affichez les numéros de taxis près de la porte.
- Faites preuve de vigilance; il n'est pas nécessaire d'attendre la fin de l'événement pour demander à un invité de réduire sa consommation d'alcool.
- Ne faites pas à votre invité des remarques en public. Commencez par lui parler en privé, et si cela ne fonctionne pas, n'hésitez pas à demander l'aide de vos autres convives.
- Votre invité tient à quitter avec son véhicule? Offrez-lui d'aller le reconduire avec sa voiture et revenez chez vous en taxi.

QUESTIONS LÉGALES

VOTRE INVITÉ VEUT ATTENDRE SON TAXI DANS SA VOITURE ?

IL VEUT DORMIR DANS SA VOITURE ?

Il serait quand même préférable qu'il vous laisse ses clés. En effet, le simple fait d'être dans sa voiture en possession de ses clés avec les facultés affaiblies constitue une infraction à la loi. Il devra alors prouver qu'il n'avait pas l'intention de conduire.

ALCOOL AU VOLANT : VOTRE INVITÉ A-T-IL LE BON PERMIS ?

Au Québec, tous les permis de conduire ne sont pas égaux. Le taux d'alcoolémie légal par conducteur varie d'un type de permis de conduire à l'autre :

Permis d'apprenti-conducteur :

Permis probatoire :

Permis de conduire régulier : Ensuite c'est 80 mg /100 ml de sang.



LES RESPONSABILITÉS DES HÔTES

Si un de vos invités qui aurait trop bu cause des dommages à lui-même ou à autrui lors de votre soirée ou s'il quitte votre réception en état d'ébriété et en fait de même, il importe que vous sachiez si vous pouvez en être tenu personnellement responsable.

Plusieurs textes législatifs québécois et canadiens régissent la responsabilité des hôtes commerciaux et des détenteurs de permis pour vendre de l'alcool. En effet, la loi prévoit un devoir envers leurs clients, ce qui leur confère une obligation légale de garantir leur sécurité et celles des autres, et de s'assurer qu'aucun d'entre eux ne commette un acte criminel prévisible à cause de leur consommation excessive d'alcool. Le même type de devoir incombe aussi aux employeurs, qui ont le même genre de lien avec leurs employés.

MAIS QU'EN EST-IL DE L'HÔTE SOCIAL?

Selon la législation québécoise, il n'y a pas d'obligation de surveillance explicite entre un hôte et ses invités lors d'une soirée privée. Il n'existe aucun précédent au Québec portant directement sur une poursuite légale d'un hôte social dont un invité ivre aurait causé des dommages. Cependant, il existe des précédents dans d'autres provinces canadiennes, dont une importante décision de la Cour suprême canadienne à cet effet. Ces cas sont notamment reliés à la conduite en état d'ébriété ayant causé des blessures graves et la mort. Par contre, il est envisageable que le même principe aurait pu s'appliquer par analogie dans le cas d'un invité ivre ayant causé un incendie, des blessures graves, une bagarre ou même un décès.

Lorsqu'une automobile est impliquée dans un accident, la situation du Québec est différente de celle des autres provinces en matière de poursuite. En droit québécois, une victime de dommage corporel causé par un accident d'automobile est normalement indemnisée par la Société de l'assurance automobile du Québec, et elle ne peut exercer un recours devant les tribunaux (le « no fault »).

Par contre, aucune poursuite civile n'est interdite contre quelqu'un, ou son hôte, dans le cas de dommages causés par autre chose qu'un accident automobile, ce qui veut dire qu'en principe, selon les circonstances, vous pourriez être poursuivis par exemple pour un accident de VTT, une noyade ou une bagarre.

Il importe donc d'être toujours prudent lorsque l'on prépare une petite soirée arrosée. Pourquoi attendre l'intervention des tribunaux et ne pas prendre les devants en agissant en hôte raisonnable ?

Pour en savoir plus :

Code civil du Québec, article 1457 - Site Web : <http://ccq.lexum.com>

Ma liste de planification

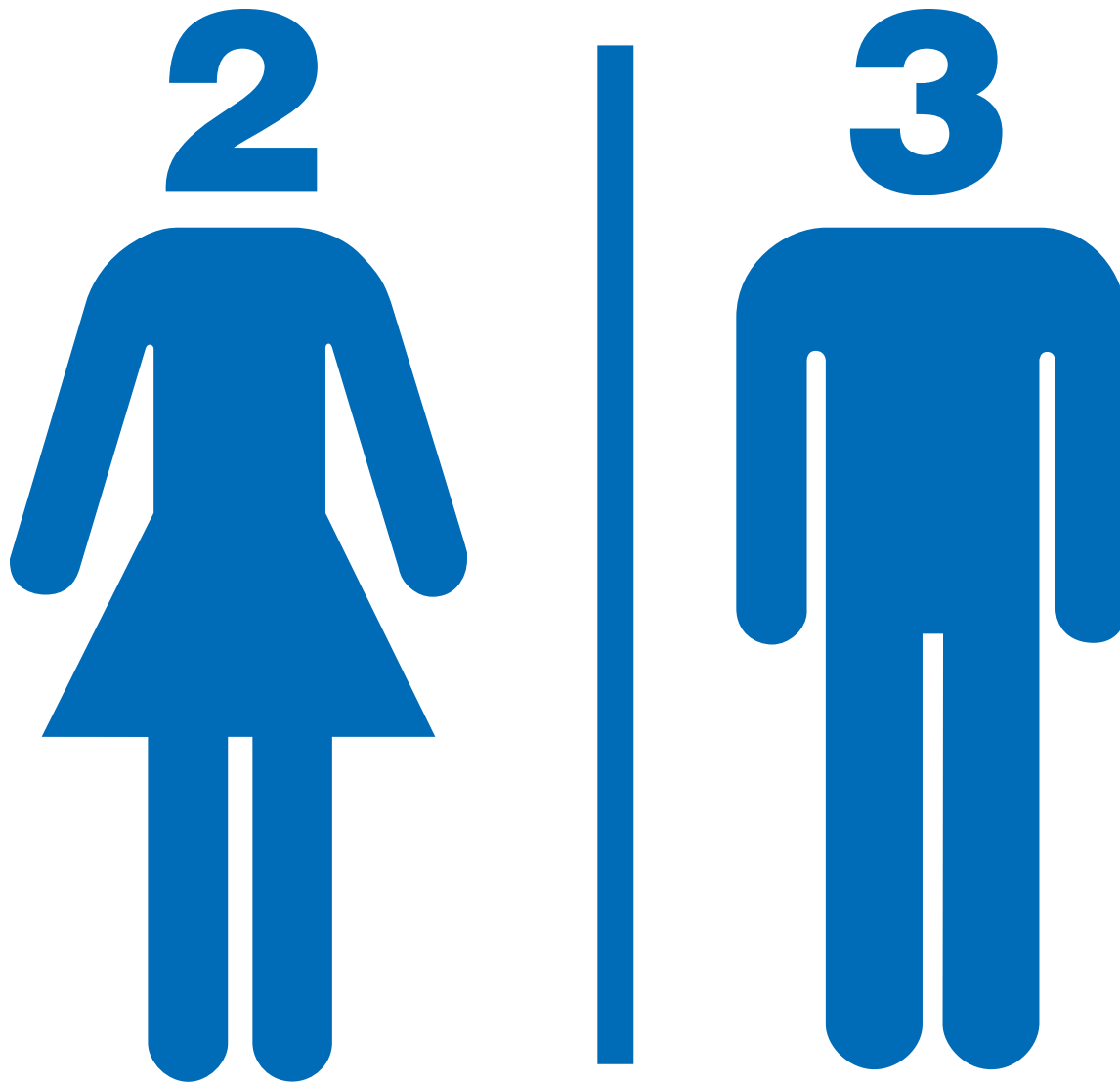
- Adresses et numéros de téléphone de tous vos invités
- Numéros de services de TAXI
- Argent pour payer des TAXIS
- Billets de métro ou d'autobus
- Au moins un conducteur désigné
- Boissons sans alcool
- Bouteilles d'eau individuelles
- Aliments peu salés et pas trop gras (qui donnent soif)
- Places de stationnement et permis pour stationner durant la nuit
- Brosses à dents supplémentaires
- Couvertures et sacs de couchage
- Chambres d'invités fin prêtes
- Numéros de services d'urgence

Signalisation

Selon votre type d'événement, si vous êtes très nombreux ou si vos invités ne sont pas familiers avec les lieux, certaines indications de signalisation pourraient vous être utiles. Les pages suivantes en sont de bons exemples.

N'hésitez pas à les imprimer et à les afficher si nécessaire!





De l'eau, encore de l'eau.

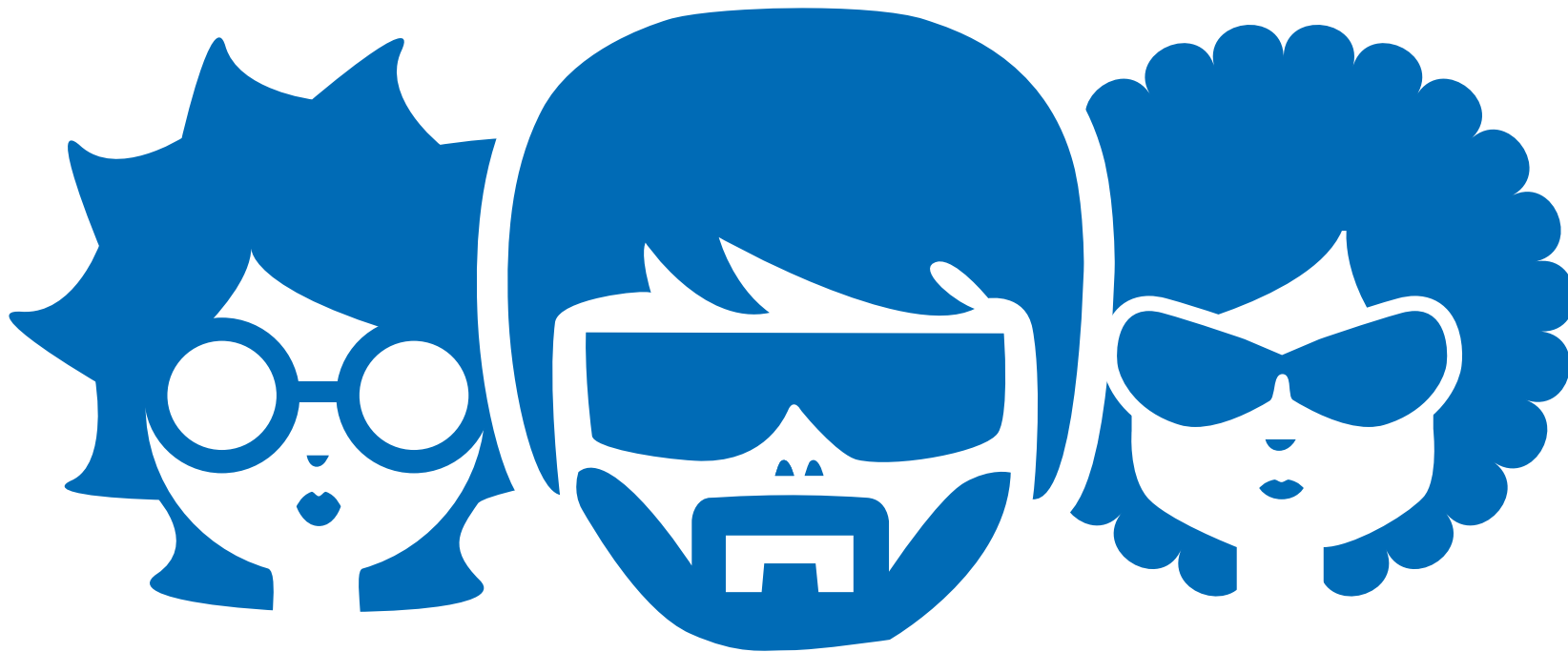
Pour éviter la déshydratation, il est bon de boire un verre d'alcool et un verre d'eau en alternance.

La table : une bonne alliée.

Pensez à déposer votre verre d'alcool sur une table ou un comptoir. On boit davantage et plus rapidement lorsqu'on a toujours un verre à la main.

Pas de précipitation.

Attendez que votre verre d'alcool soit vide avant de le remplir ; ça vous aidera à mieux compter le nombre de consommations que vous prenez.



PARTY !



N'oubliez pas ! Les jeux à boire n'ont pas leur place.

Les « jeux à boire » (où ceux qui perdent doivent boire) favorisent une consommation excessivement rapide et peuvent entraîner une intoxication qui peut être mortelle.



Réservé



En prévision du retour.

La prudence recommande de désigner un conducteur qui demeurera sobre pendant l'événement. Sinon, gardez toujours de l'argent en espèces et les numéros de téléphone de quelques entreprises de taxis sous la main.

Si vous pensez devoir passer la nuit chez votre hôte, renseignez-vous à propos des interdictions de stationnement de nuit et vérifiez si des vignettes spéciales sont requises.

MOCKTAILS

MOCKTAILS - De l'anglais *mock* (imiter) et *tail* (cocktail), mocktail est un mot-valise qui décrit un coquetel non alcoolisé



Vous serez agréablement surpris par ces quelques recettes de mocktails savoureux que nous vous proposons. Ces alternatives non-alcoolisées seront plus agréables que de l'eau plate ou du jus de fruit à offrir à vos invités qui veulent boire... avec modération!

MOCKTAILS

ALTERNATIVES AUX COCKTAILS ALCOOLISÉS

Educ **alcohol**
TROUSSE
POUR UNE RÉCEPTION RÉUSSIE

CHAI BLOSSOM

- 1 tasse d'eau bouillante
- 1/2 tasse de sucre
- 1/2 tasse de jus de lime frais
- 8 à 12 oz (24 à 36 cl) de club soda
- 4 gousses entières d'anis étoilé
- 2 à 4 citrons
- 2 sachets de thé chai



Mélanger les sachets de thé et l'eau bouillante dans un petit bol, couvrir et laisser reposer 8 à 10 minutes. Ajouter le sucre et remuer pour dissoudre et obtenir un sirop. Jeter les sachets de thé et laisser refroidir. Râper les citrons pour obtenir 4 longs zestes en forme de tourbillon. Incorporer le jus de lime et le sirop dans un pichet puis mélanger. Répartir dans 4 verres remplis de glace et ajouter 2 à 3 onces (6 à 9 cl) de club soda à chacun. Garnir avec les gousses d'anis étoilé et les zestes de citron.

Source : www.bonappetit.com

Une once volumétrique (1 oz) = approximativement trois centilitres (3 cl).

Cooler citron-framboise épicé

2 tasses de framboises congelées
1/2 tasse de miel
1/2 tasse de jus de citron fraîchement pressé
1/2 tasse d'eau
2 bouteilles de ginger ale
Framboises fraîches ou quartiers de citron pour la garniture (optionnel)

Mettre les framboises, le miel, le jus de citron et l'eau dans une casserole et porter à ébullition à feu moyen-élevé. Réduire le feu et laisser mijoter doucement jusqu'à ce que les fruits soient complètement cuits, environ cinq minutes. Retirer du feu et laisser refroidir. Verser le mélange dans une passoire fine au-dessus d'un pichet. Appuyer sur les morceaux de fruits avec une spatule en caoutchouc pour recueillir autant de liquide que possible sous la forme de sirop de fruit. Jeter la pulpe.

Pour servir, remplir un verre Highball (allongé) avec de la glace et verser trois cuillères à table du sirop de fruit dans le verre. Remplir avec le ginger ale et mélanger. La petite touche originale : décorer avec des framboises ou un quartier de citron.

Source : www.hgtv.com

Une once volumétrique (1 oz) = approximativement trois centilitres (3 cl).

IN THE BOX

1 1/2 oz (5 cl) de jus de pomme
1/2 oz (2 cl) de jus de citron vert
1/2 oz (2 cl) de jus d'ananas
1 oz (3 cl) de soda tonique
1 cerise

Frapper tous les ingrédients au shaker et servir, au choix, dans un verre à cocktail (genre martini) rafraîchi ou dans un verre old-fashioned (verre à whisky) garni de glaçons et d'une cerise.

Proposé par Marco Marangi du restaurant Chez Sophie, Montréal

www.chezsophiemontreal.com



Une once volumétrique (1 oz) = approximativement trois centilitres (3 cl).

Nojito

Pour chaque verre :
1 oz (3 cl) de jus de lime
4 oz (12 cl) de club soda
6 feuilles de menthe
2 c. à café de sucre brun
(cassonade)
Club soda



Mettre le jus de lime, le sucre brun et les feuilles de menthe dans un verre Highball (allongé). Utiliser un pilon pour faire sortir l'essence des feuilles de menthe. Faire reposer quelques heures pour de meilleurs résultats (optionnel).

Mettre les cubes de glace dans le verre, mélanger et remplir de club soda. Ajouter un brin de menthe pour décorer.

Source : www.mybestcocktails.com

Une once volumétrique (1 oz) = approximativement trois centilitres (3 cl).

PEOPLE

2 oz (6 cl) de ginger ale (Canada Dry)
2 oz (6 cl) de jus de raisin rouge
2 oz (6 cl) de jus d'ananas

Mélanger le ginger ale et les jus de fruits dans un verre Highball (allongé) et compléter avec des glaçons hachés. La petite touche originale : placer un brin de menthe dans le verre.

Proposé par Marco Marangi du restaurant Chez Sophie, Montréal

www.chezsophiemontreal.com



Une once volumétrique (1 oz) = approximativement trois centilitres (3 cl).

PG-13 SINGAPORE SLING

1/2 tasse de jus de mangue
1/2 tasse de jus d'ananas
2 c. table de jus de lime frais
8 à 12 oz (24 à 36 cl) de soda tonique
4 brins de menthe

Mélanger les jus dans un pichet rempli de glaçons et remuer jusqu'à ce que le mélange soit bien froid. Répartir dans 4 verres Highball (allongé) remplis de glace broyée et ajouter 2 à 3 oz (6 à 9 cl) de tonic water à chacun. Garnir avec les brins de menthe.

Source : www.bonappetit.com



Une once volumétrique (1 oz) = approximativement trois centilitres (3 cl).

SOPHIE

2 oz (6 cl) de jus de pamplemousse
2 oz (6 cl) de jus de yuzu (citron japonais)
1 c. à soupe de crème de noix de coco

Passer les ingrédients au mixer jusqu'à l'obtention d'une consistance onctueuse et verser dans un verre old-fashioned (verre à whisky) rafraîchi. Servir avec une paille courte. La petite touche originale : asperger de 2 c. à café de fruit de la passion.

Proposé par Marco Marangi du restaurant Chez Sophie, Montréal

www.chezsophiemontreal.com



Une once volumétrique (1 oz) = approximativement trois centilitres (3 cl).

MOCKTAILS

ALTERNATIVES AUX COCKTAILS ALCOOLISÉS

Éduc alcool
TROUSSE
POUR UNE RÉCEPTION RÉUSSIE

Sun

2 oz (6 cl) de jus d'orange
2 oz (6 cl) de jus de citron
1 à 2 c. à café de grenadine

Jeter 3 ou 4 glaçons dans un verre Highball (allongé), ajouter les jus de fruits et mélanger. Verser doucement la grenadine sans remuer afin qu'elle se dépose au fond.

La petite touche originale : décorer avec 1 rondelle d'orange. Servir avec une paille et un bâtonnet mélangeur.

Proposé par Marco Marangi du restaurant Chez Sophie, Montréal

www.chezsophiemontreal.com



Une once volumétrique (1 oz) = approximativement trois centilitres (3 cl).

MOCKTAILS

ALTERNATIVES AUX COCKTAILS ALCOOLISÉS

Éduc alcool
TROUSSE
POUR UNE RÉCEPTION RÉUSSIE

THE REHYDRATOR

1/2 tasse de cerises dénoyautées
3/4 tasse de jus d'aloès
1/2 tasse de jus de canneberges non sucré
1/4 tasse de jus de lime frais
1 c. à table de miel

Mélanger les cerises et le miel dans un pichet. Ajouter les jus et mélanger. Placer 1 tasse du mélange dans un shaker et le remplir avec des glaçons. Couvrir et agiter jusqu'à ce que l'extérieur du shaker devienne glacial, soit environ 30 secondes. Verser dans des coupes. Répéter l'opération avec le reste du mélange.

Source : www.bonappetit.com



Une once volumétrique (1 oz) = approximativement trois centilitres (3 cl).

Virgin Caesar

- 1 t. de jus de palourdes épicé
- 6 gouttes de Tabasco
- 8 gouttes de sauce Worcestershire
- 1 c. à soupe de jus de citron
- 1 c. à soupe de sel de céleri

Mettre le jus de citron dans un bol. Tremper le verre dans le jus pour humecter le rebord. Essuyer le fond du bol et y mettre le sel de céleri. Tourner le verre dans le sel. Verser le jus de palourdes et ajouter la sauce Worcestershire et le Tabasco. Mélanger avec une paille.

Proposé par Marco Marangi du restaurant Chez Sophie, Montréal

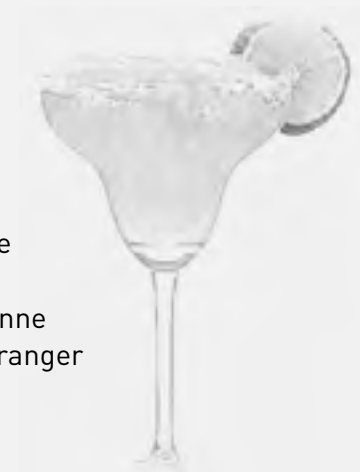
www.chezsophiemontreal.com



Une once volumétrique (1 oz) = approximativement trois centilitres (3 cl).

Virgin Margarita

- Pour chaque verre :
- Le jus de 2 limes
 - 1/4 t. de jus de pamplemousse
 - 1/4 t. de jus d'orange
 - 1 trait de sirop de sucre de canne
 - 1 soupçon de eau de fleur d'oranger



Source : www.femmezine.fr

Frotter le bord de chaque verre avec un quartier de lime. Mettre du sel casher (ou du sel bio) dans une grande soucoupe et plonger chaque verre dans le sel. Tourner doucement pour enrober le bord de sel.

Technique : www.youtube.com

Une once volumétrique (1 oz) = approximativement trois centilitres (3 cl).

